

## Daftar Isi

Kata Pengantar.....	
Abstrak.....	
Daftar Isi.....	i
Daftar Tabel.....	ii
Daftar Gambar .....	iii
Daftar Lampiran .....	iv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Tujuan Penelitian.....	3
1.4. Manfaat Penelitian .....	3
1.5. Struktur Organisasi Teori .....	4
BAB II LANDASAN TEORI .....	7
2.1. Kajian Teori.....	7
2.1.1. Alat Ukur Kekuatan Otot Lengan.....	7
2.1.2 Tes Pull Up dan Chinning Up .....	10
2.1.3 Chinning Up manual kemungkinan Errorr saat perhitungan berlangsung oleh tester.....	13
2.2. Kerangka Pemikiran .....	22
2.3. Hipotesis Penelitian .....	23
BAB III METODE PENELITIAN .....	24
3.1. Desain Penelitian .....	24
3.2. Partisipan .....	24
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian .....	24
3.4. Instrumen Penelitian .....	25
3.5. Prosedur Penelitian .....	26
3.6. Analisis Data .....	30
3.6.1 Teknik Pengumpulan Data .....	30

3.6.2	Analisis Data .....	31
<b>BAB IV</b>	<b>TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>31</b>
4.1.	Hasil Uji Alat ukur Chinning Up .....	33
<b>BAB V</b>	<b>SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI .....</b>	<b>39</b>
5.1.	Simpulan.....	39
5.2.	Implikasi dan Rekomendasi .....	39
<b>Daftar Pustaka.....</b>		<b>41</b>

